Бугара Виталий

Мандала

книга-раскраска



Бугара Виталий

Мандала

книга-раскраска

www.bugara.kiev.ua
2013

Что такое «мандала»?

Определение мандалы в «Энциклопедии символов». В. М. Рошаль, Санкт-Петербург, изд. Сова, 2005

Мандала — это геометрическая композиция, символизирующая духовный, космический или психический порядок. Это попытка изобразить высшую реальность, которая превосходит чувственный мир. Особенность всех мандал — высокая изобразительная гармония всех составляющих её элементов, символизирующая саму божественную гармонию, противопоставленную путанице и беспорядку материального мира.

Слово «мандала» происходит из санскрита и имеет несколько значений: круг, диск, орбита, пространство; которые сводятся к концентрической форме и тяготеют к сфере сакрального.

Мандала является инструментом медитации, способствует достижению состояния созерцания и концентрации. Она помогает в исследованиях глубин собственной души, но также увлекает в визуальные путешествия вне собственного «я». С одной стороны, мандала — это философское произведение, содержащее конструкции эзотерических символов и сакральной геометрии. С другой — это абстрактный колористический сюжет, наполненный цветовыми энергиями, настраивающими на определенные эмоциональные состояния. Эти энергии находят отклик в душе каждого зрителя: запускают в нем глубинные подсознательные механизмы саморегуляции, активизируют внутренние силы, пробуждают скрытые потенциалы, дают импульсы для духовного роста, обостряют внутреннее устремление человека к высшей Истине. Известный психиатр Карл Юнг даже использовал мандалы для диагностики и исцеления психических и душевных недугов.

Справа: «Собор», В. Бугара. Холст, акрил, 80×80 см, 2012



Напутствие к творчеству

Все мандалы в этой книге разработаны и названы согласно возложенной на них смысловой или качественной составляющей. Вы можете начать работать с любой из них, выбрав наиболее близкую вам тематику. Но совершенно не обязательно привязываться к названию, так как я предлагаю только форму, а её содержание будет зависеть от того, чем вы эту форму наполните. Представьте что мандала — это сосуд, а что в него налить, выберите сами.

Хочу добавить несколько слов о том, как раскрашивать мандалы в этой книге.

Во-первых, о выборе цветов. На каждой левой странице находится репродукция моей версии мандалы. Вы можете воспользоваться ею как примером для раскрашивания, но я советую поискать свои цветовые решения. Такие, которые наиболее гармоничны вашему настроению в данный момент.

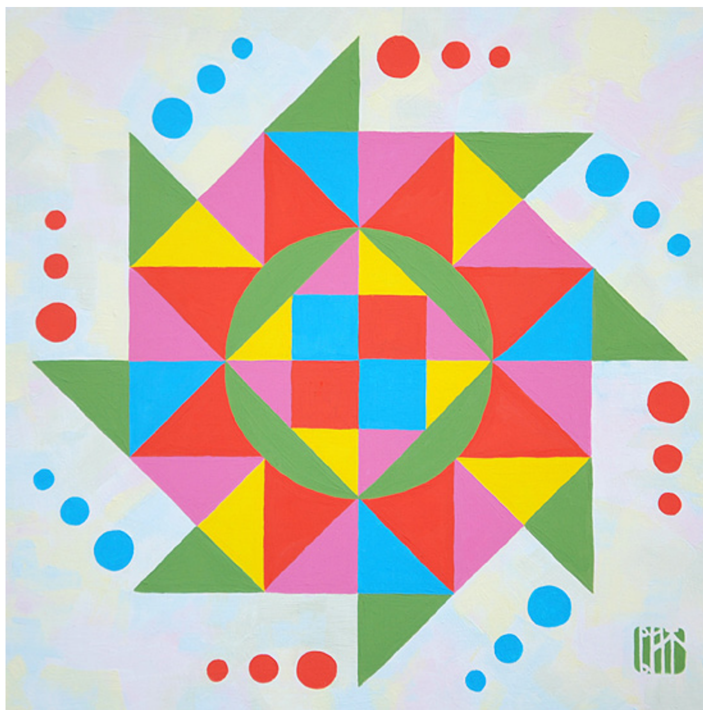
Во-вторых, о художественных инструментах. Для раскрашивания мандал непосредственно в книге прекрасно подходят цветные ручки, карандаши, фломастеры или восковые мелки. Если будете рисовать красками, рекомендую использовать акварель или акрил. После высыхания они не разрушатся и не размажутся, когда вы закроете книгу. Перед работой с красками или фломастерами под рабочий листок подложите какую-нибудь плотную бумагу, так как разбавленная водой краска или заправка фломастера может оставить следы на следующем листе.

Еще один замечательный способ оформить мандалу с помощью аппликации: клея, цветной бумаги или цветных вырезок из журналов и газет.

Так же схему можно скопировать из книги при помощи кальки, и через копирку перенести на любую поверхность: картон, холст, стекло или фанеру. Раскрасив такую мандалу, вы можете оформить ее в рамку и украсить любимое место. Самостоятельно созданная картина каждый день будет подымать вам настроение.

И напоследок еще один важный момент. Во время раскрашивания каждой мандалы отмечайте свои ощущения и мысли. А закончив раскрашивать, попробуйте проанализировать свои наблюдения. Ещё лучше их записать, потому что интересные мысли очень быстро «выветриваются» из головы. Такой анализ переживаний, вызванных творческой деятельностью, может открыть вас для себя самого с новой, неожиданной стороны.

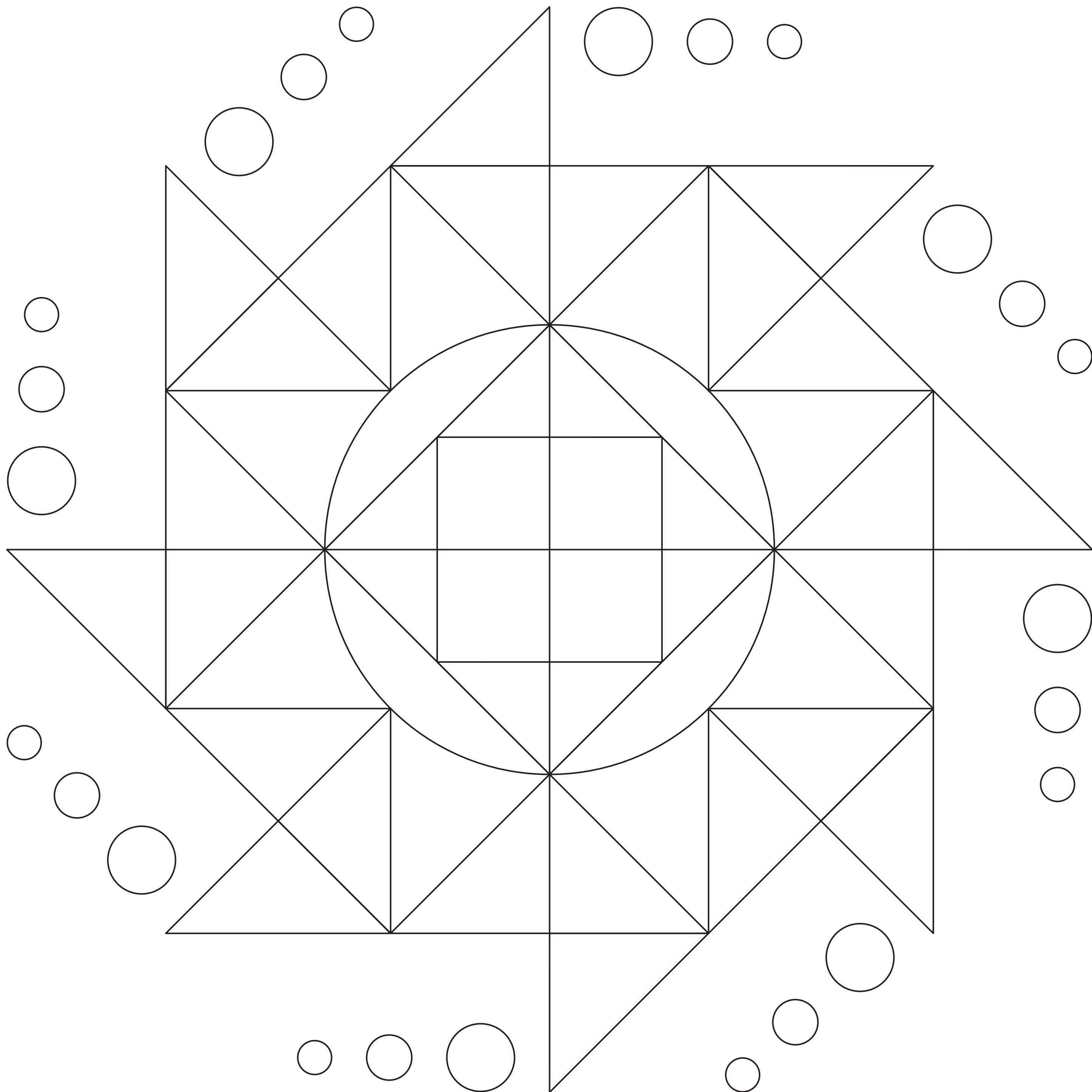
Приятного творческого полета!



Искра вдохновения

Холст, акрил, 40×40 см, 2012

Вдохновение — это состояние, в котором человек становится проводником творческой энергии. В этот момент через канал творчества он подключается к высшим планам бытия и соединяется с Богом.

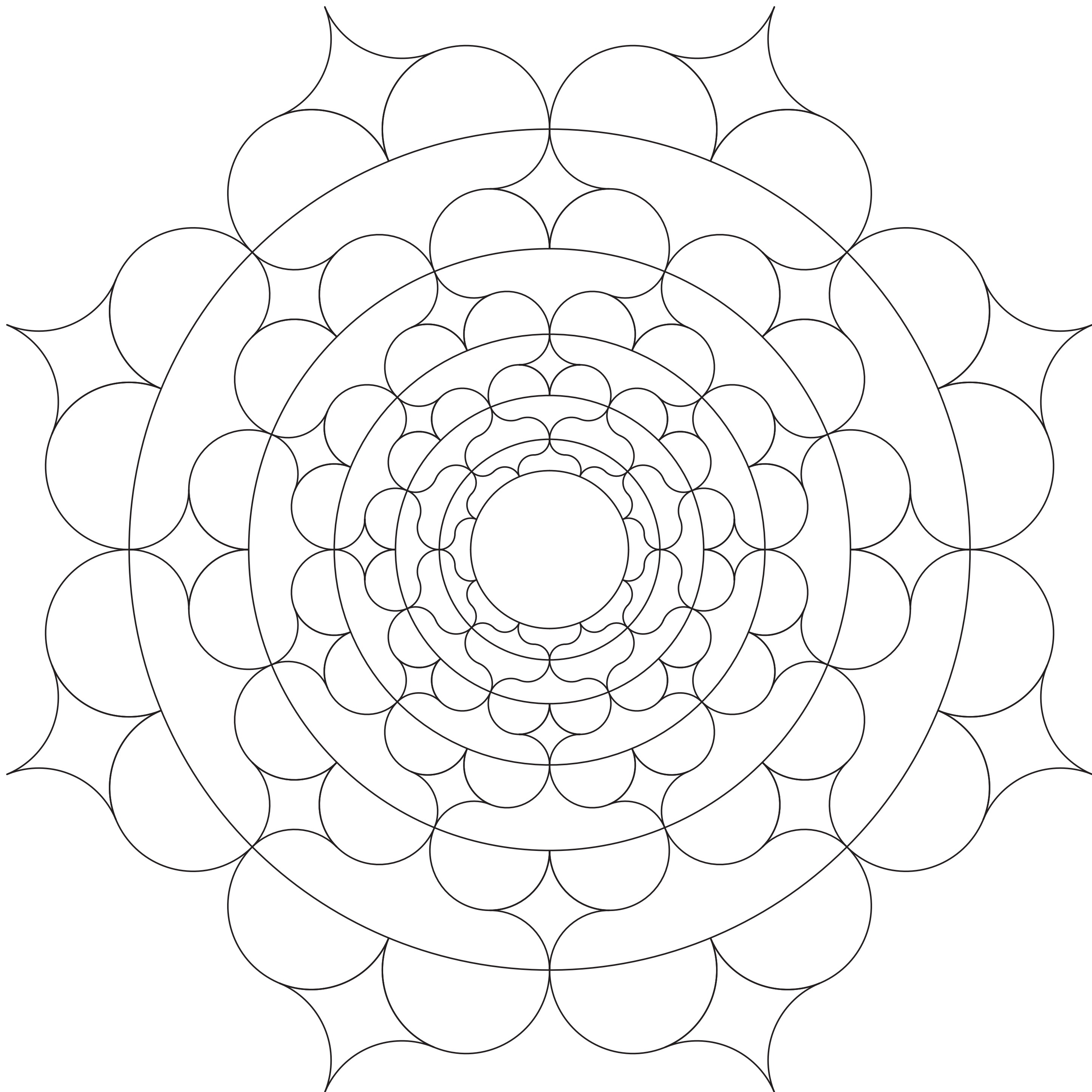


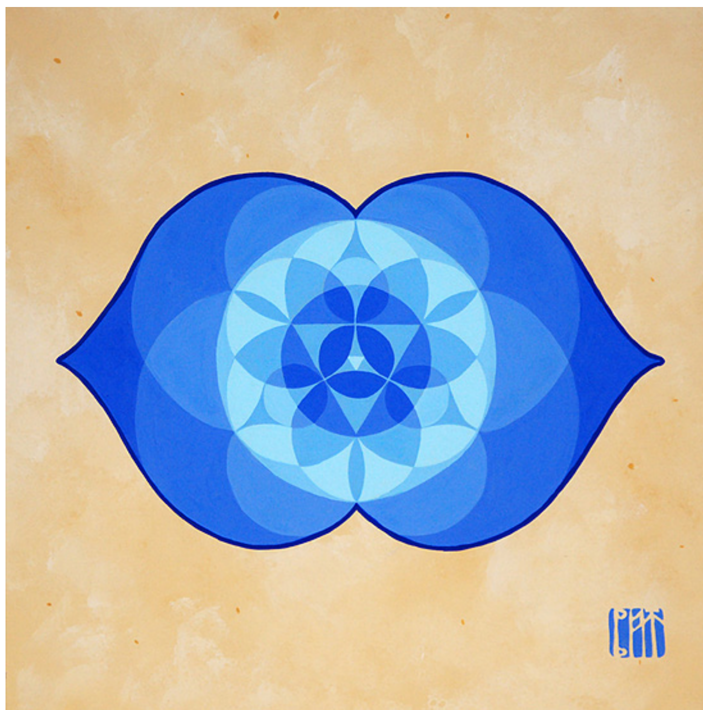


Чакра Сахасрара

Холст, акрил, 40×40 см, 2011

Сахасрара — энергетический центр человека, расположеный над головой, чуть выше темени (теменной энергоцентр).

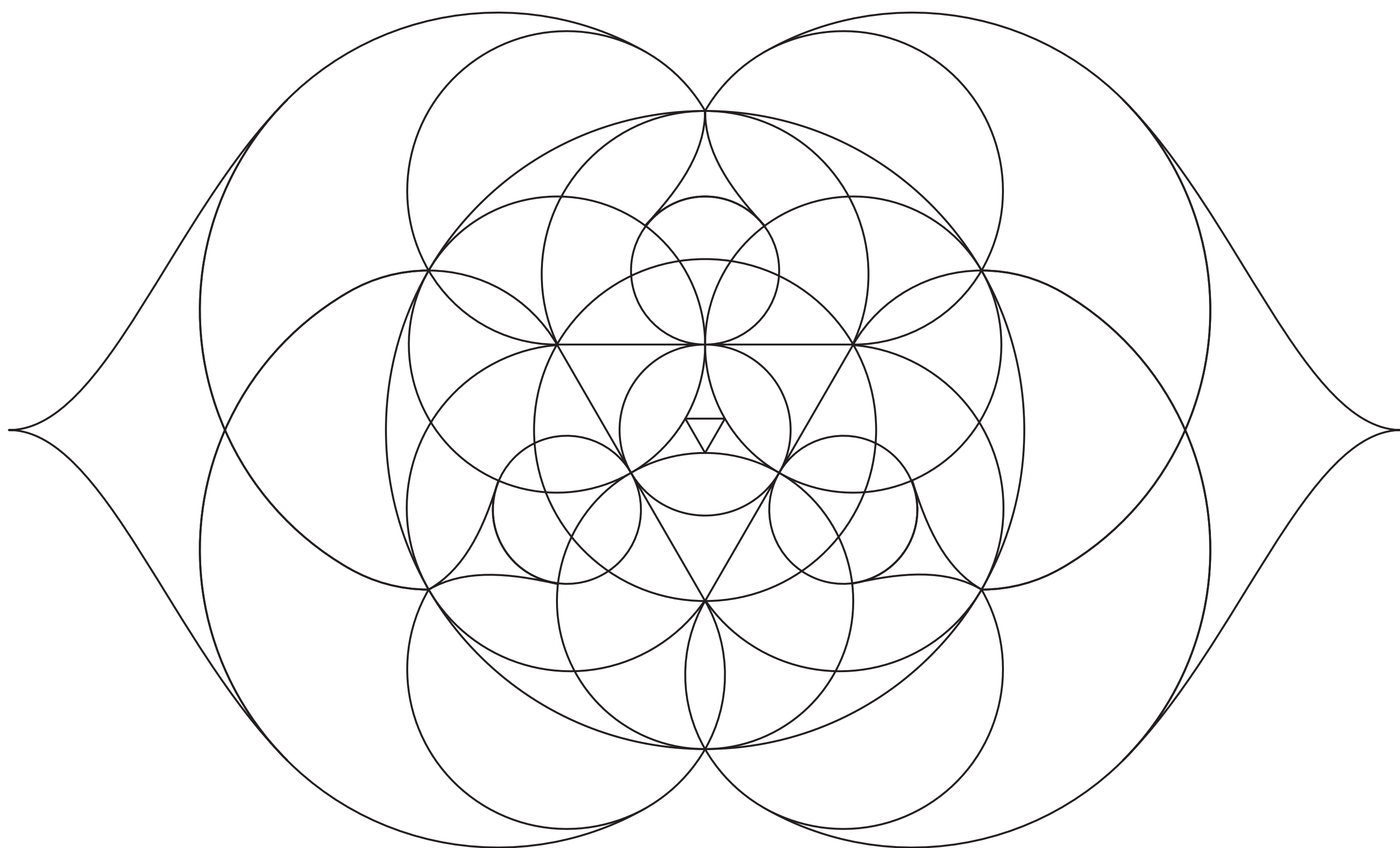




Чакра Аджна

Холст, акрил, 40×40 см, 2011

Аджна — энергетический центр человека, расположеный между бровей (волевой энергоцентр).

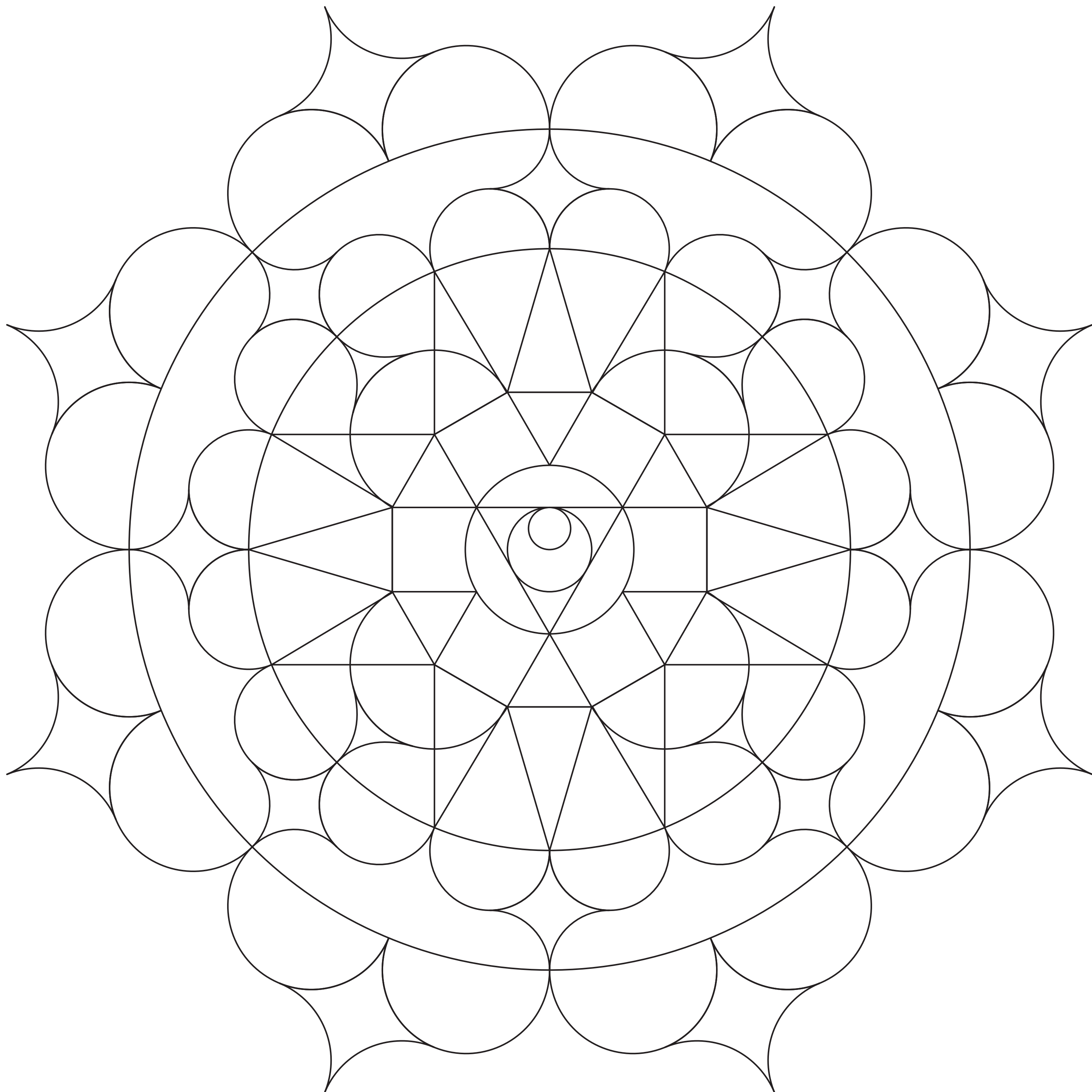




Чакра Вишудха

Холст, акрил, 40×40 см, 2011

Вишудха — энергетический центр человека, расположеный в области горла (горловой энергоцентр).

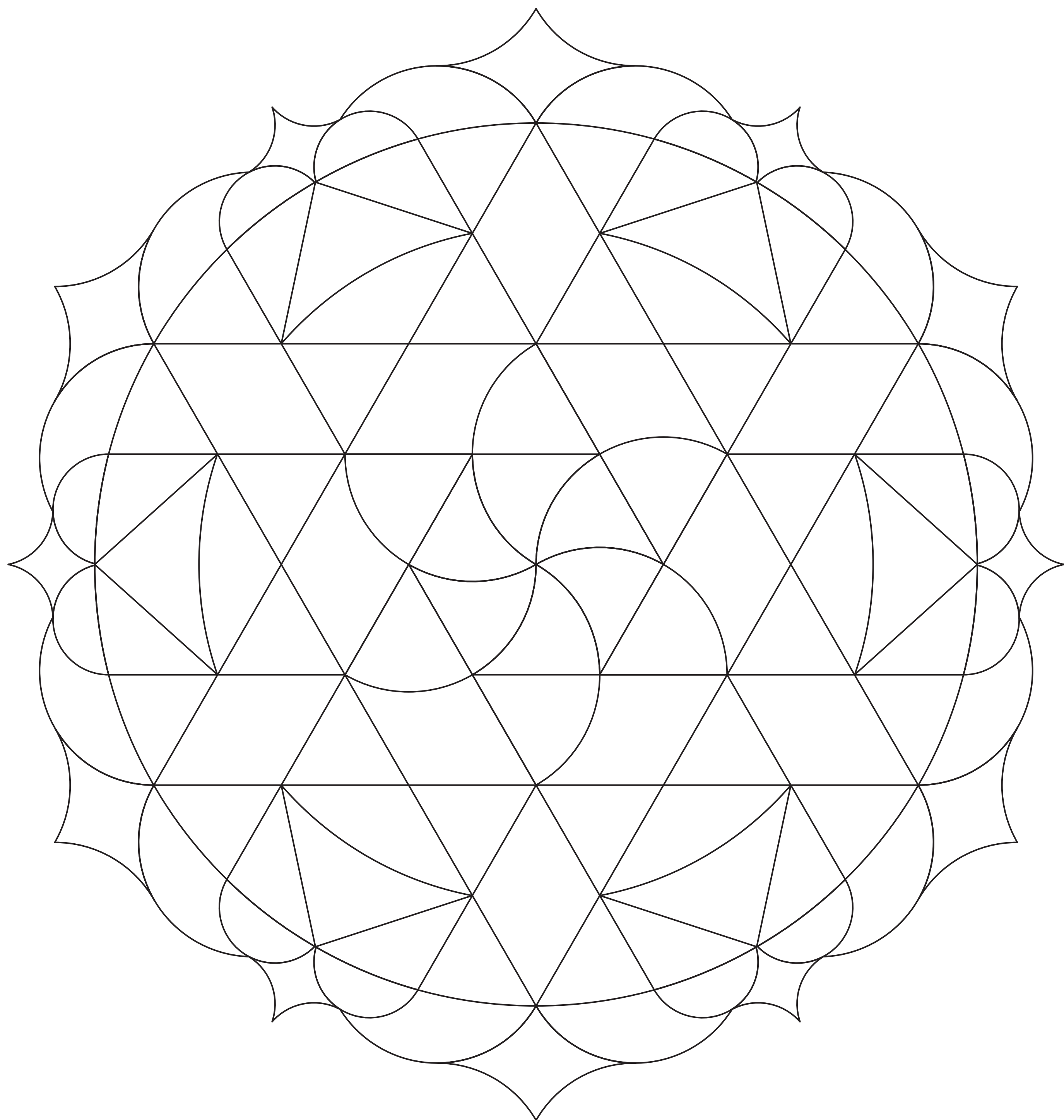




Чакра Анахата

Холст, акрил, 40×40 см, 2011

Анахата — энергетический центр человека, расположеный в центре грудины (сердечный энергоцентр).

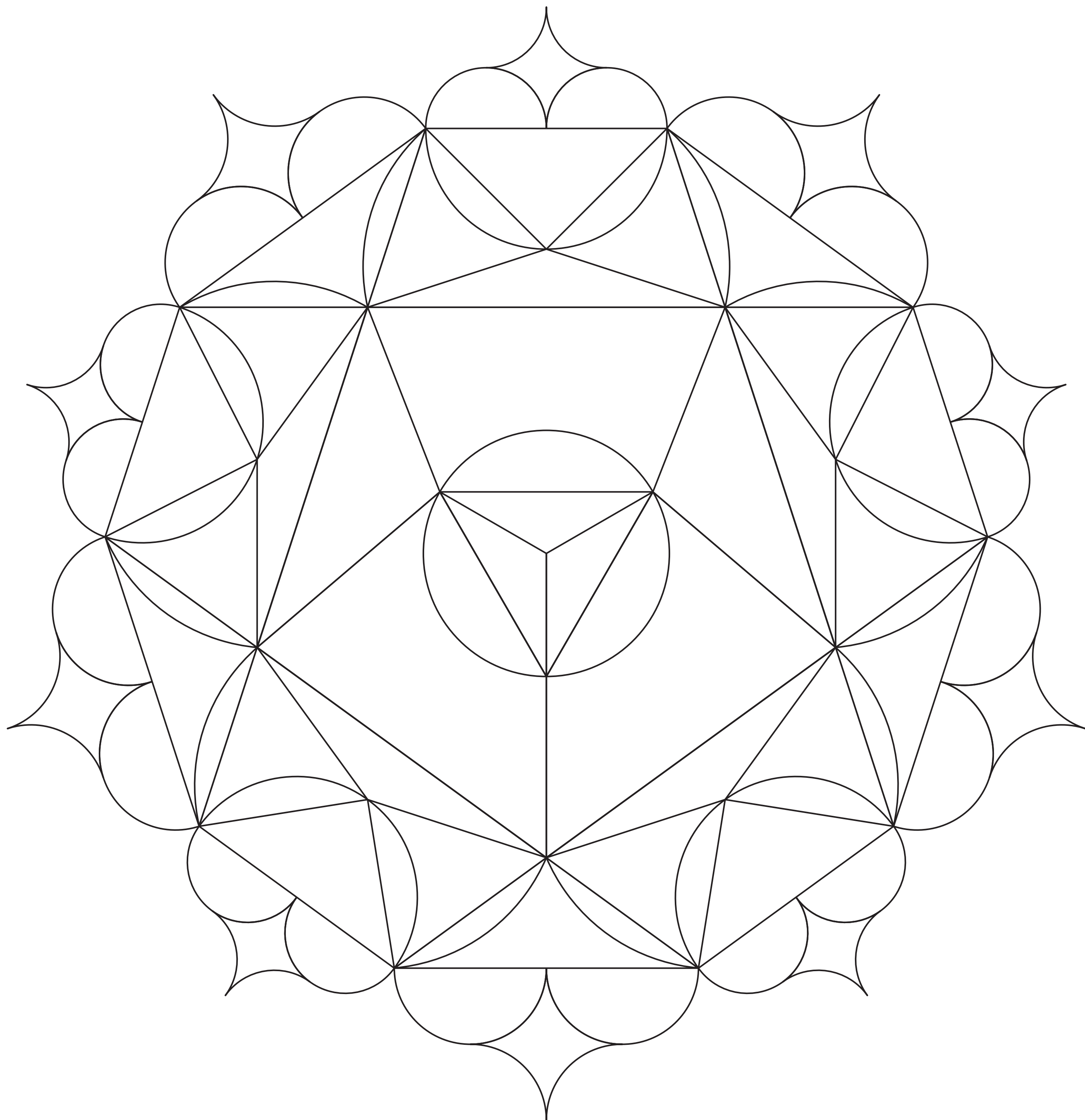




Чакра Манипура

Холст, акрил, 40×40 см, 2011

Манипура — энергетический центр человека, расположеный в области солнечного сплетения.

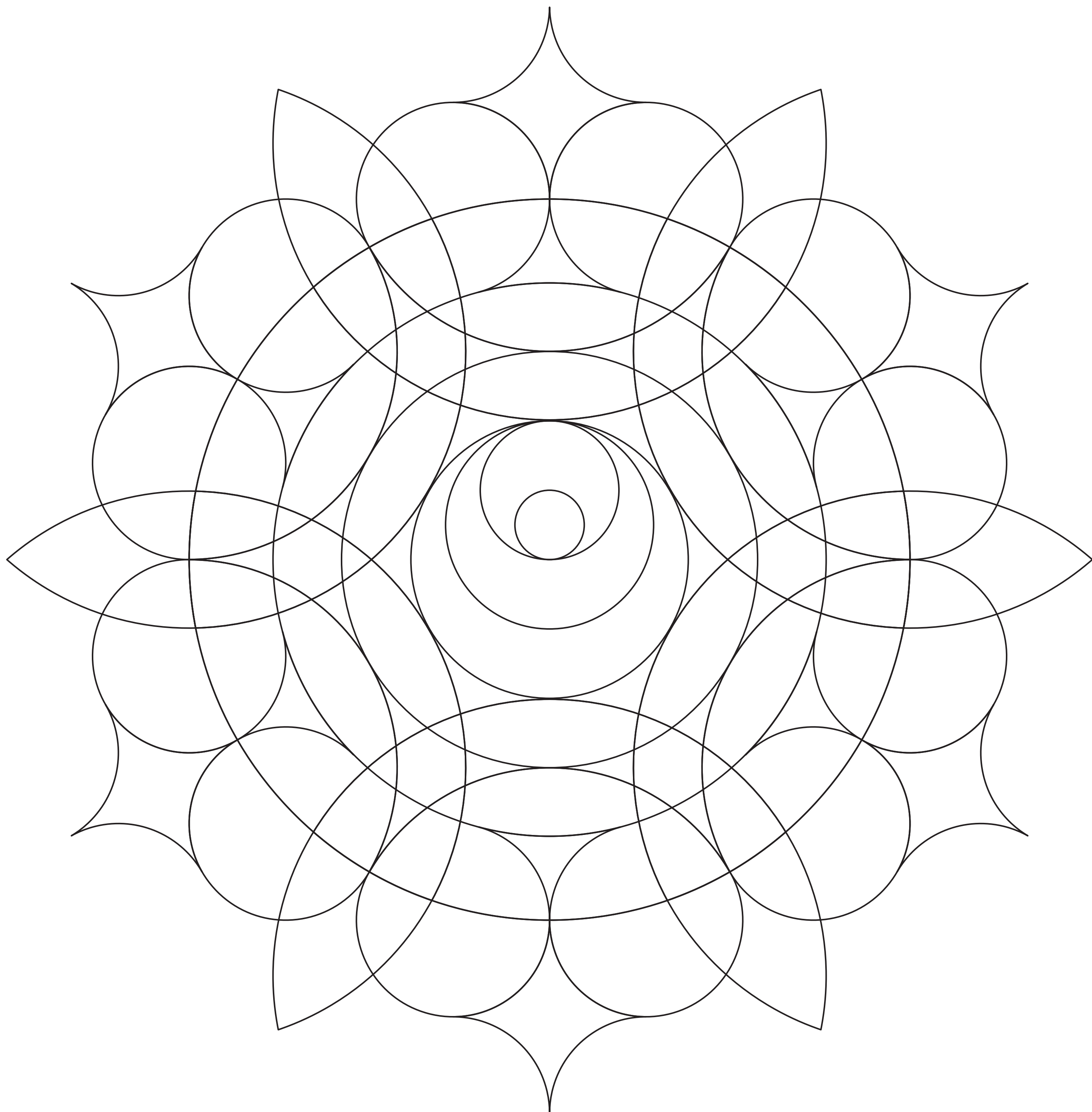




Чакра Свадхистана

Холст, акрил, 40×40 см, 2011

Свадхистана — энергетический центр человека, расположеный в области пупка (сакральный энергоцентр).

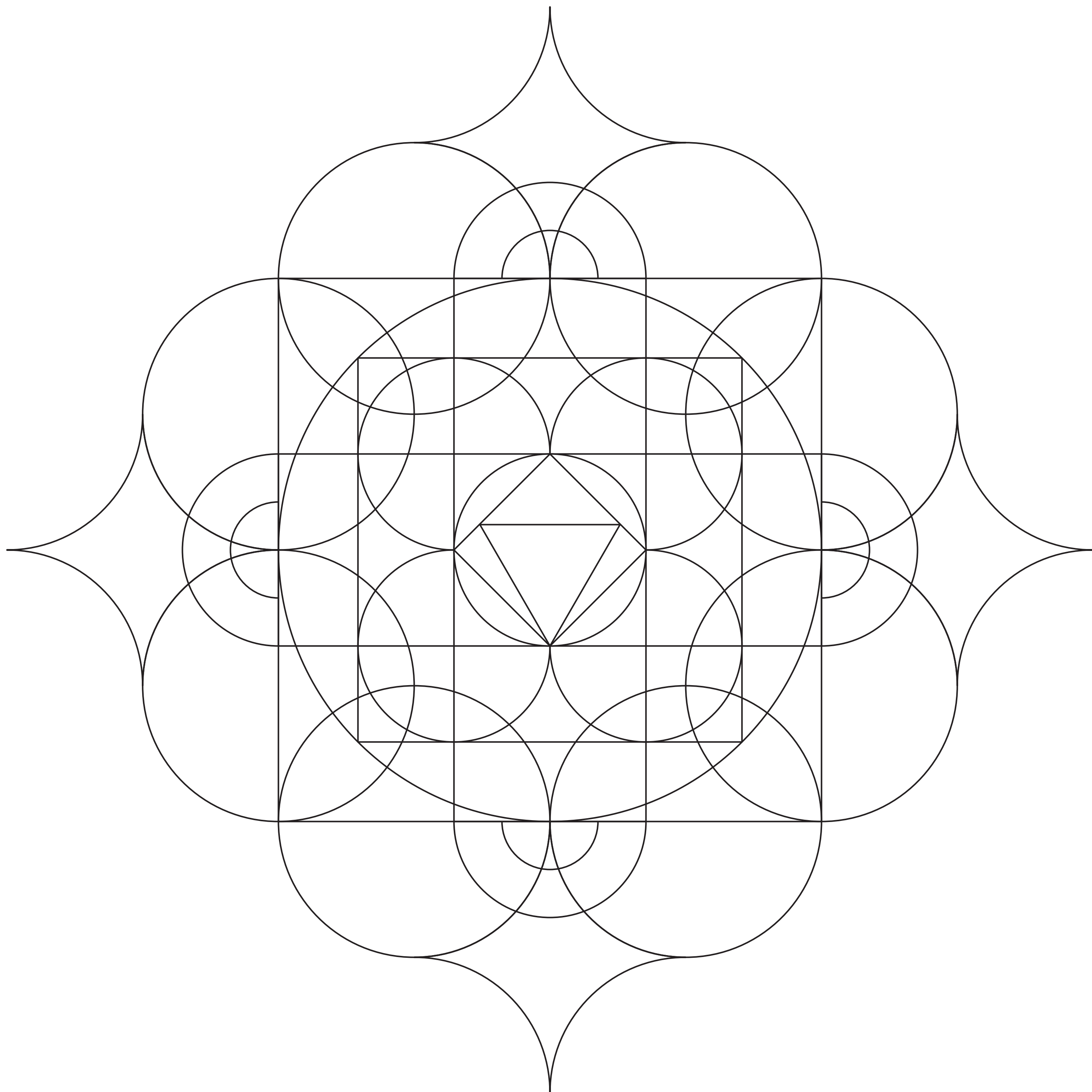




Чакра Муладхара

Холст, акрил, 40×40 см, 2011

Муладхара — энергетический центр человека, расположеный в области промежности (корневой энергоцентр).

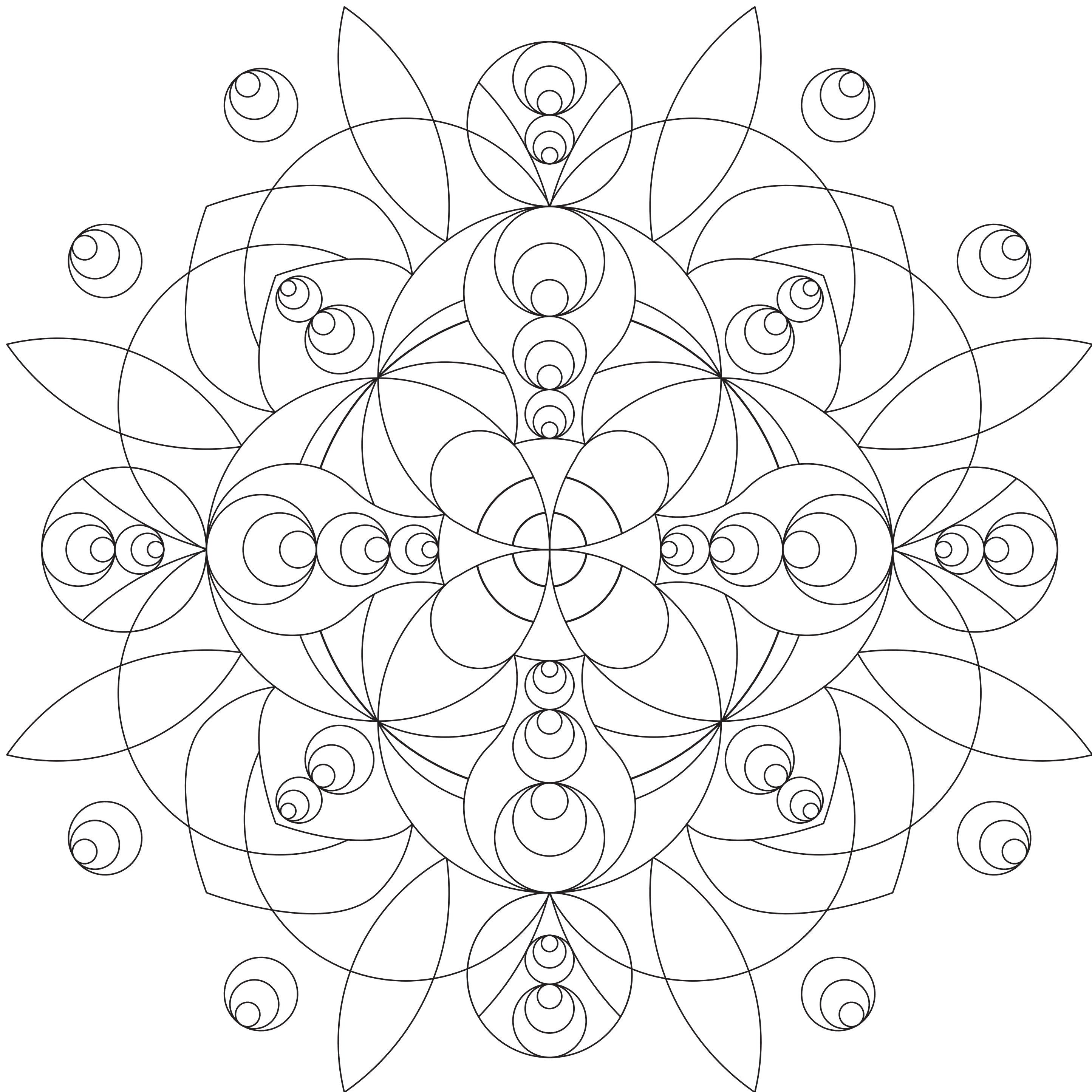




Пробуждение

Холст, масло, 60×60 см, 2009

Пробуждение — это осознание себя в точке «здесь и сейчас» времени и пространства, придание важности именно текущему моменту. Это понимание, что все разнообразие жизни, все события и жизненные ситуации являются способами для раскрытия внутреннего мира и духовного совершенствования.

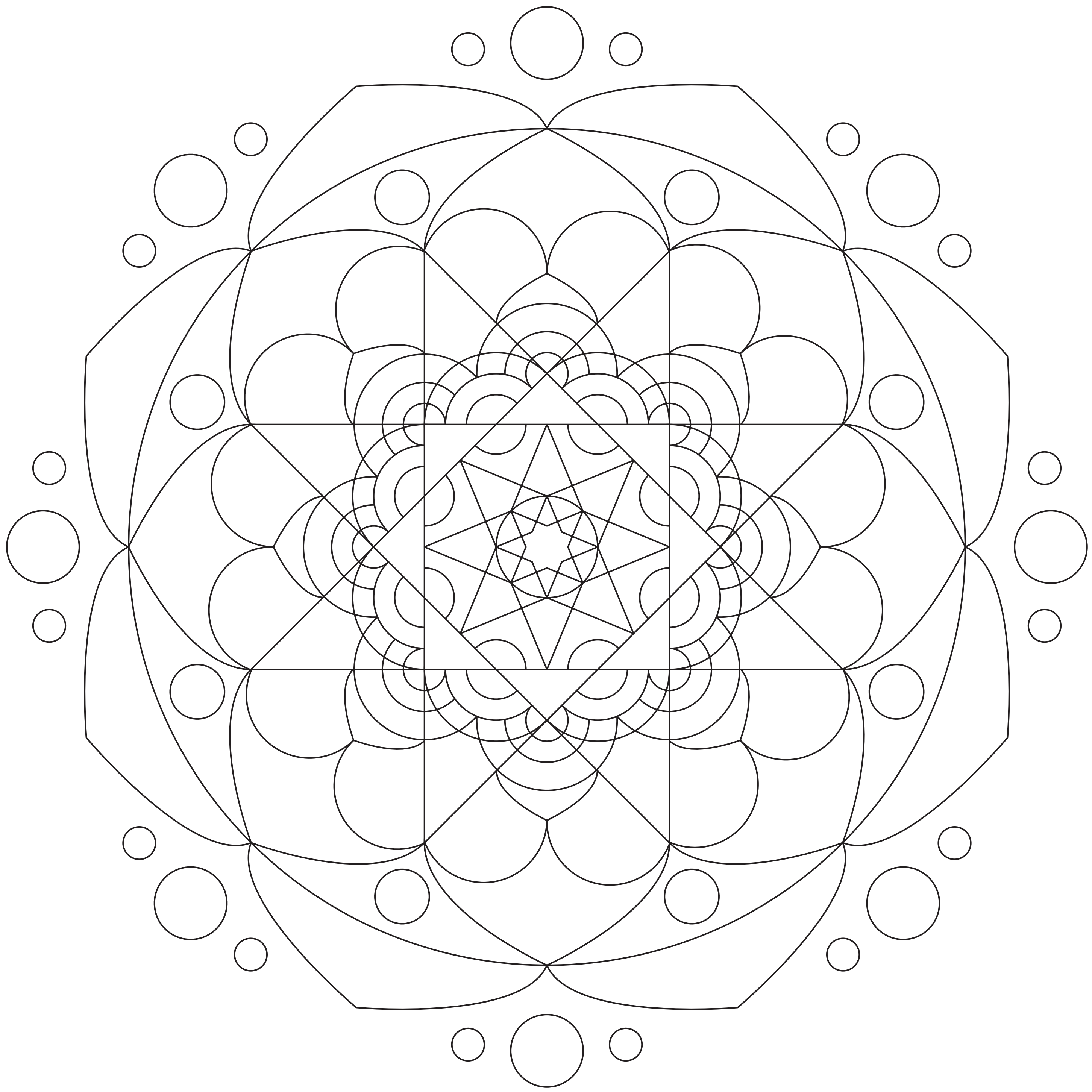




Счастье

Холст, масло, 60×60 см, 2009

Счастье — это состояние полной внутренней удовлетворенности условиями бытия, радости и осмысленности жизни. Это ощущение единения себя с Высшим началом, Вселенной, Богом.

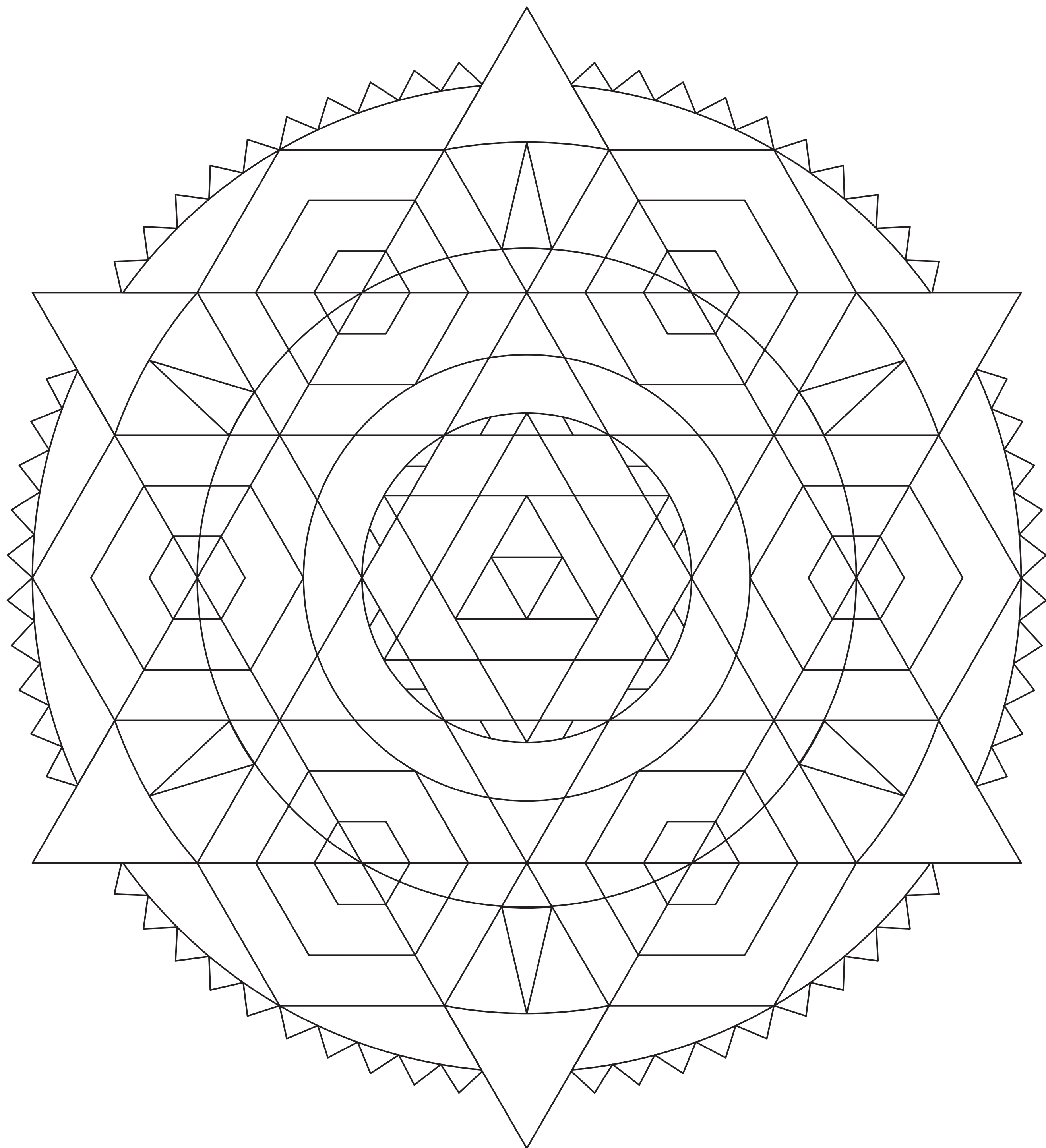




Постижение

Холст, масло, 60×60 см, 2009

Постижение — это высшая ступень понимания, результат анализа и синтеза накопленных знаний и опыта в цельное, непереводимое на язык слов знание, объединяющее в себе причины, законы, процессы и следствия.

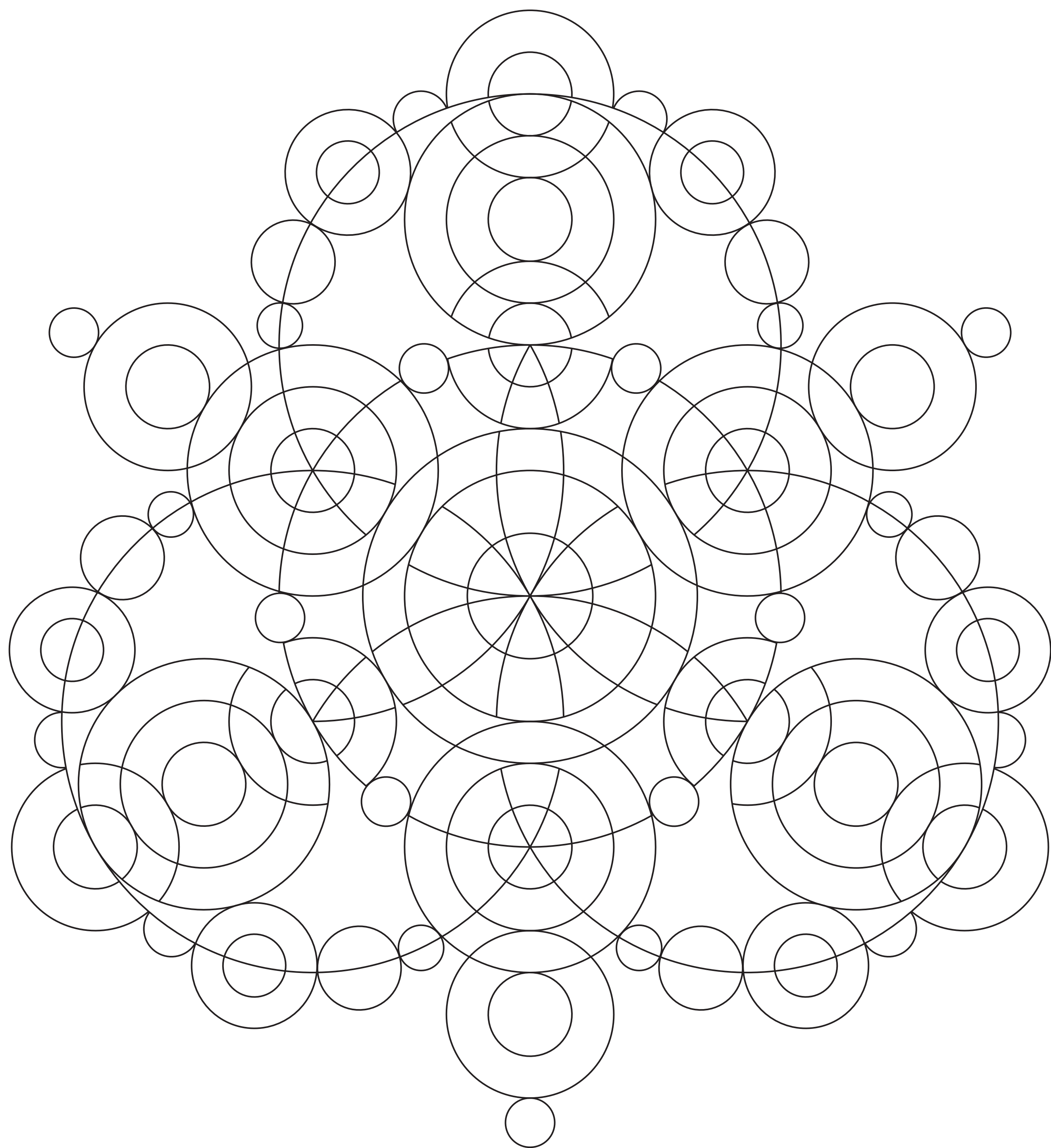


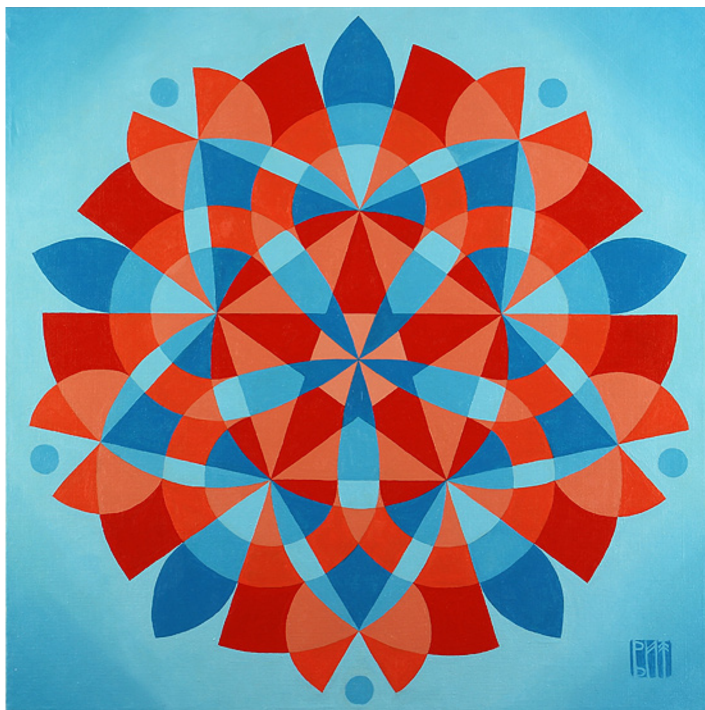


Зарождение

Холст, масло, 60×60 см, 2010

Зарождение — процесс возникновения и формирования нового. Это проявление материи высших (тонких) планов в более низших (плотных) планах через «уплотнение», при котором материя приобретает новые свойства, а проводимая ею энергия — новые качества.

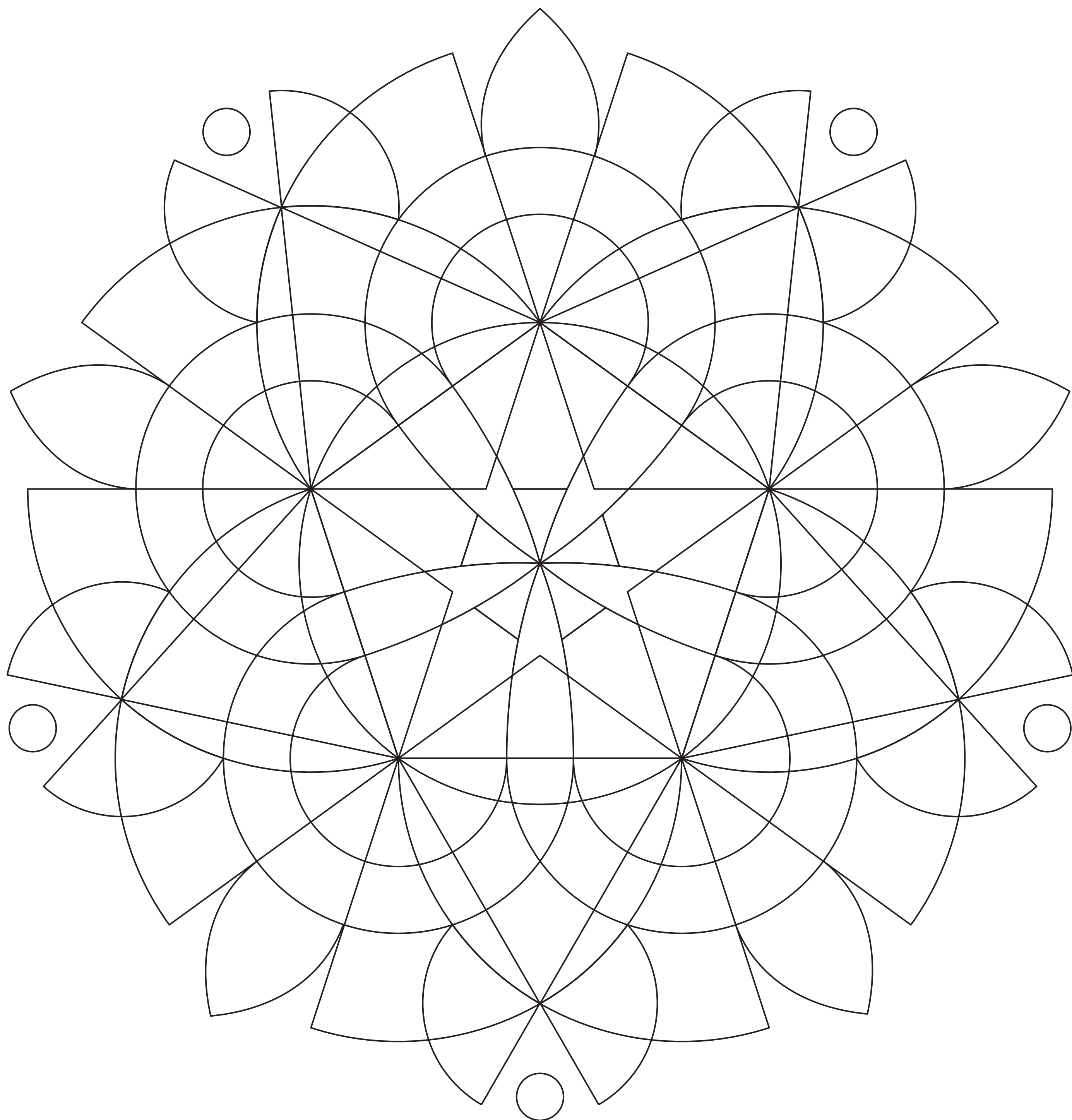




Познание

Холст, масло, 60×60 см, 2010

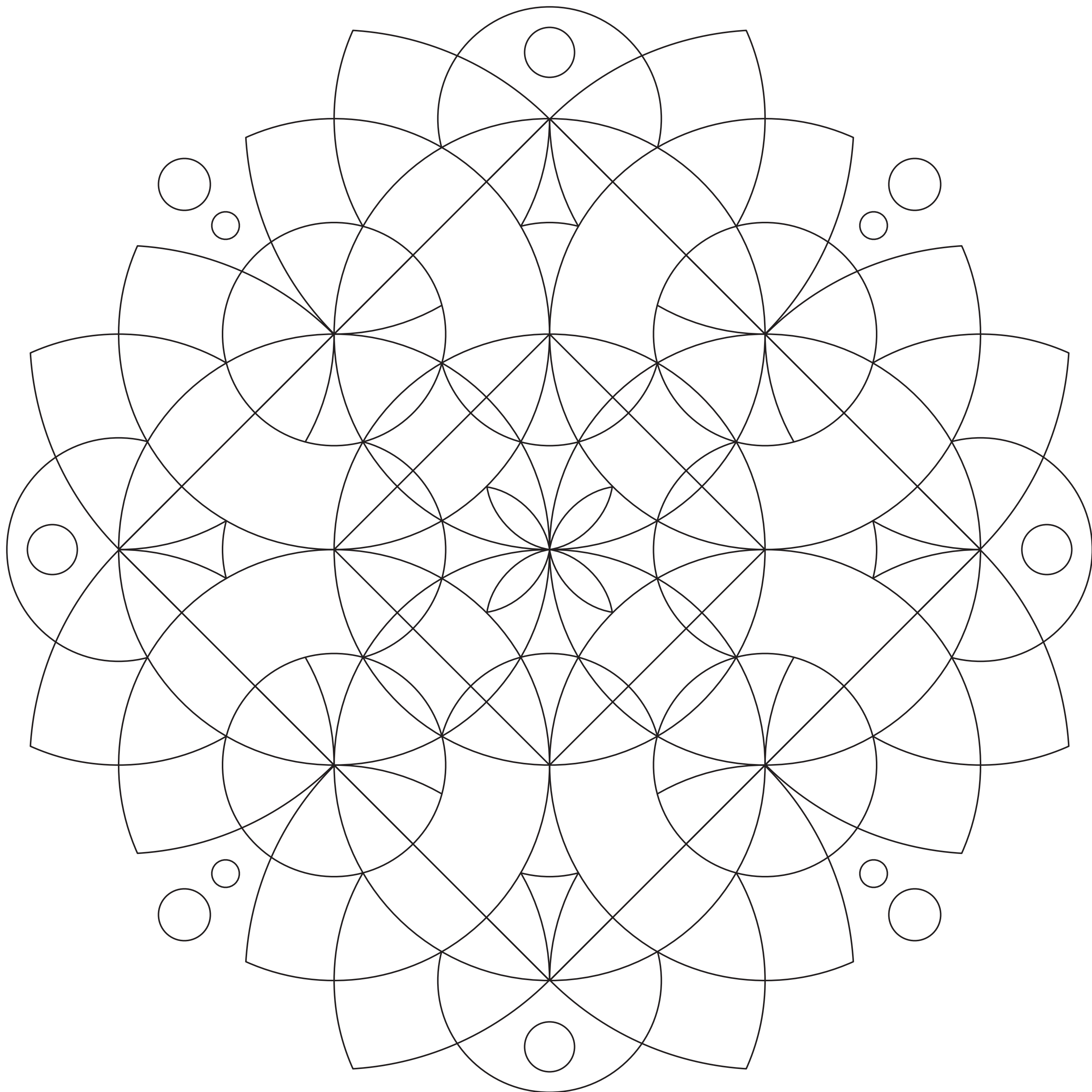
Познание — это совокупность процессов и методов получения знаний, навыков и опыта. Целью познания является приобретение цельного, истинного знания, направленного на понимание процессов и законов окружающего мира, самого себя, Вселенной. Результатом познания становится расширение сознания и совершенствование личностных и духовных качеств.

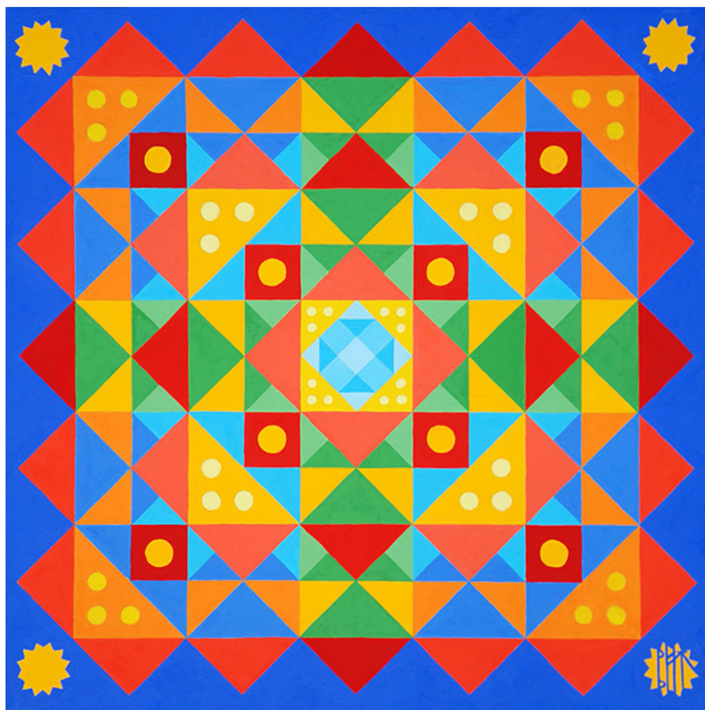




Прана (Жизненная Сила)
Холст, масло, 60×60 см, 2010

Прана — это невидимая для глаз энергия жизни, пронизывающая всю Вселенную. Она является силой, которая все производит, сохраняет и обновляет.

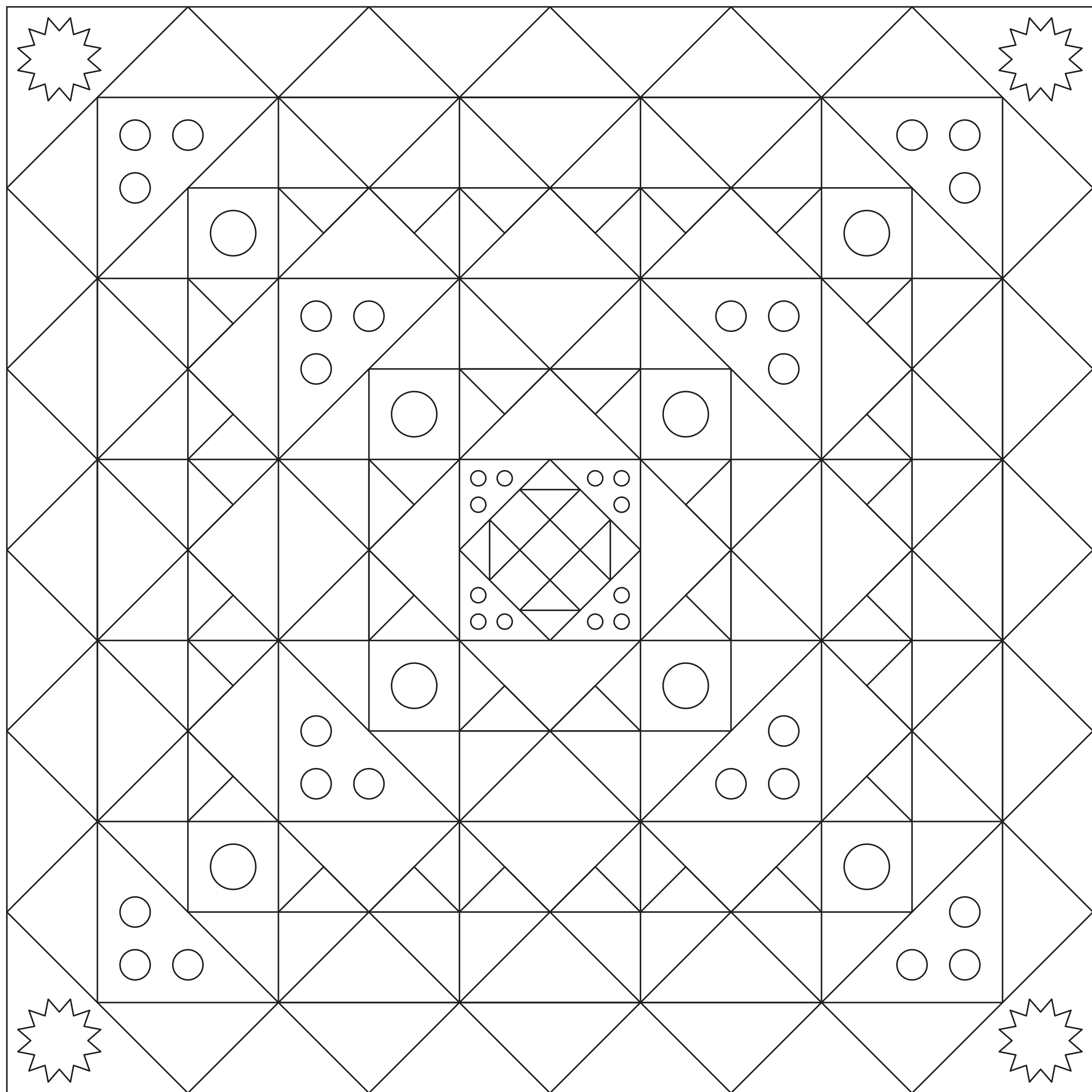


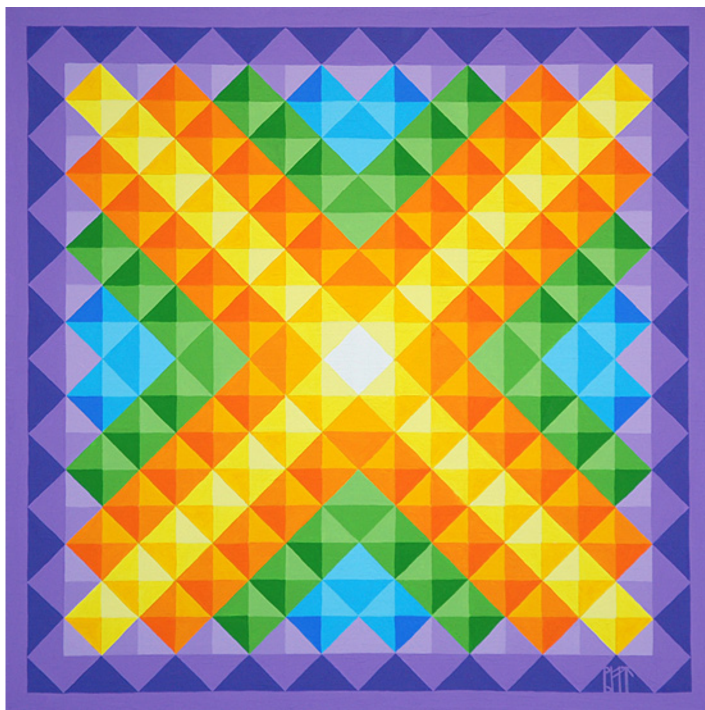


Дом Радости

Холст, акрил, 60×60 см, 2011

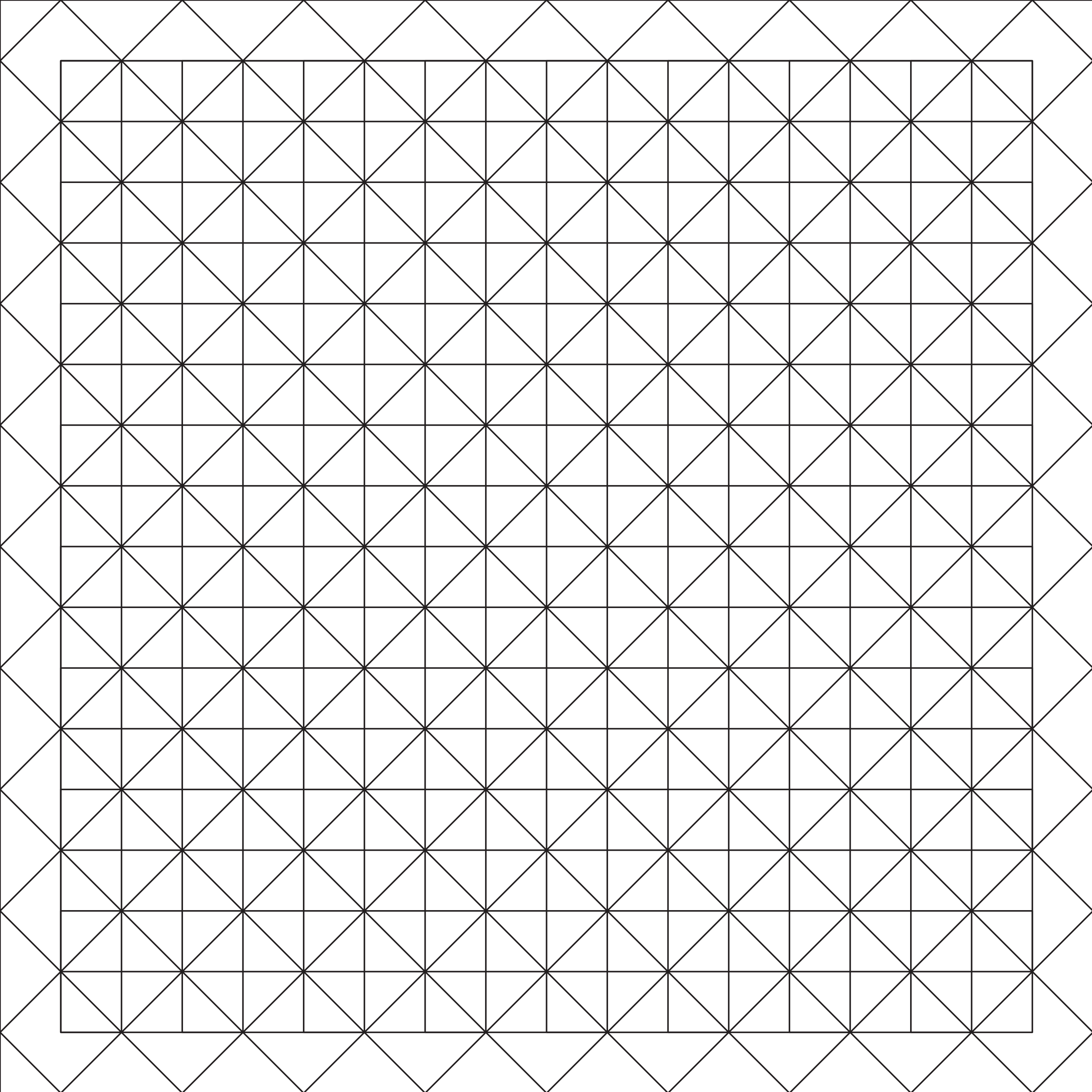
Пестрое лоскутное одеяло создает ощущение тепла и комфорта, наполняет сердце уютом, радостью и умиротворенностью.





Кристаллы души
Холст, акрил, 60×60 см, 2011

Любая энергоинформационная система от клетки до Вселенной имеет тонкую форму энергетического кристалла. Душа — основание пирамиды энергокристалла человека. Каждая её часть, каждая духовная клеточка стремится найти в душе «свое» место, чтобы наполнить её чувством порядка и целостности.

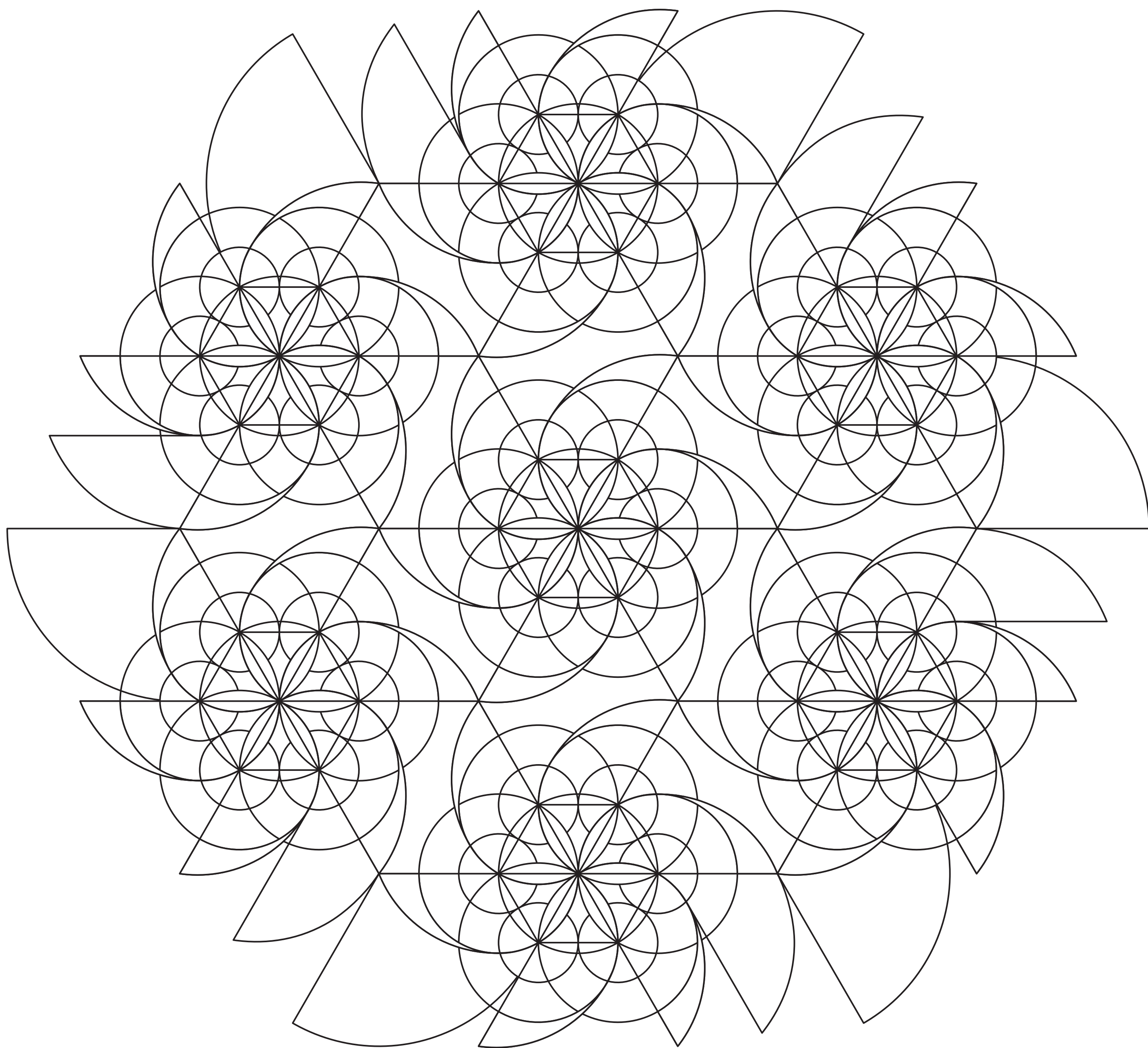




Небесные Врата

Холст, акрил, 60×60 см, 2011

Небесные Врата (Нуль-пространство, точка трансцендентности) — это выход в высшие тонкие планы бытия (Небеса), где дуальность природы вещей становится неразделимым единством противоположностей, а пространство, время и материя настолько утончаются, что становятся неощутимыми.

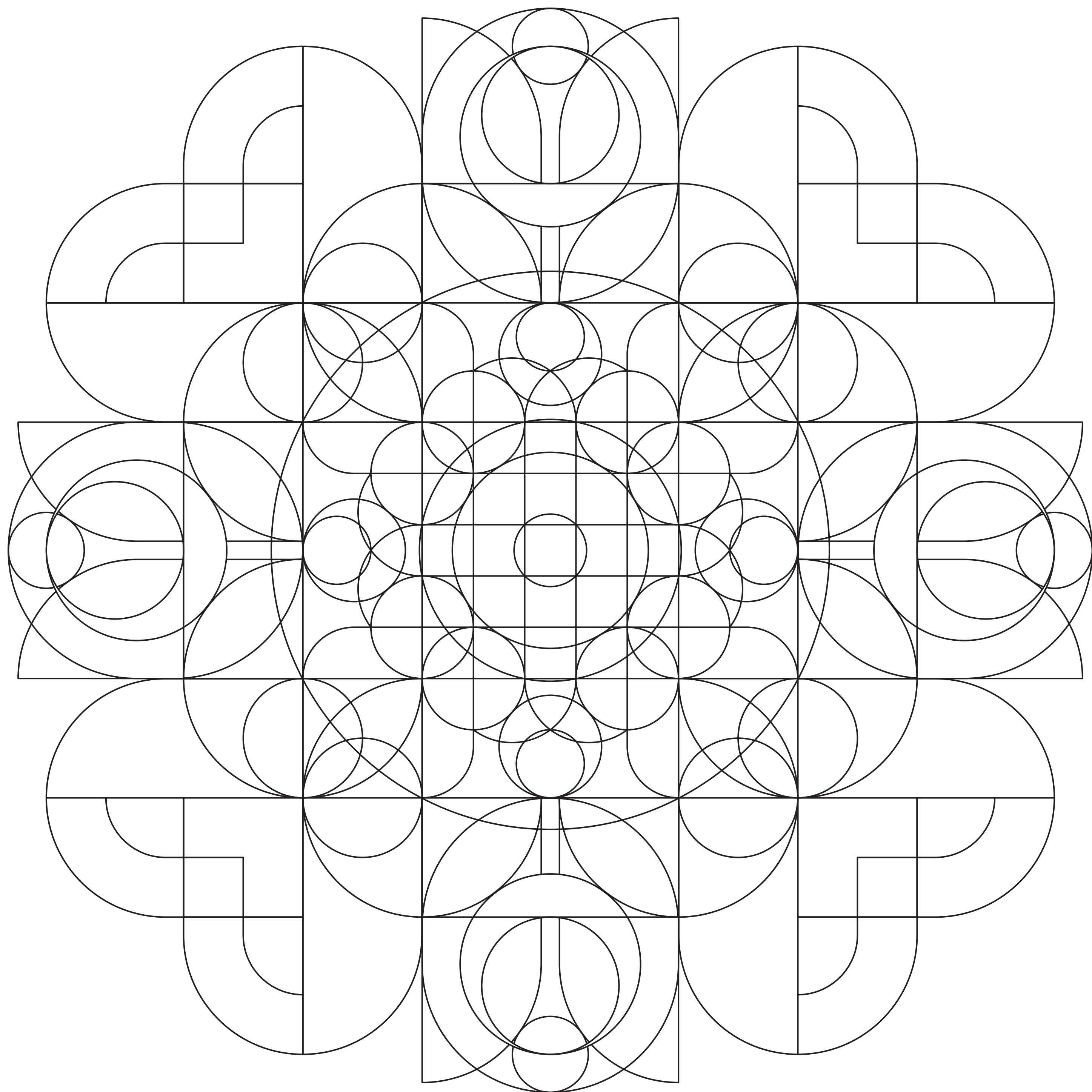




Молитва

Холст, акрил, 60×60 см, 2011

Молитва — это мост между видимым и невидимым миром, на котором человек встречается с Богом. Опоры этого моста — сознание, а материал его конструкций — устремление сердца. Чем сильнее устремление, тем крепче мост.

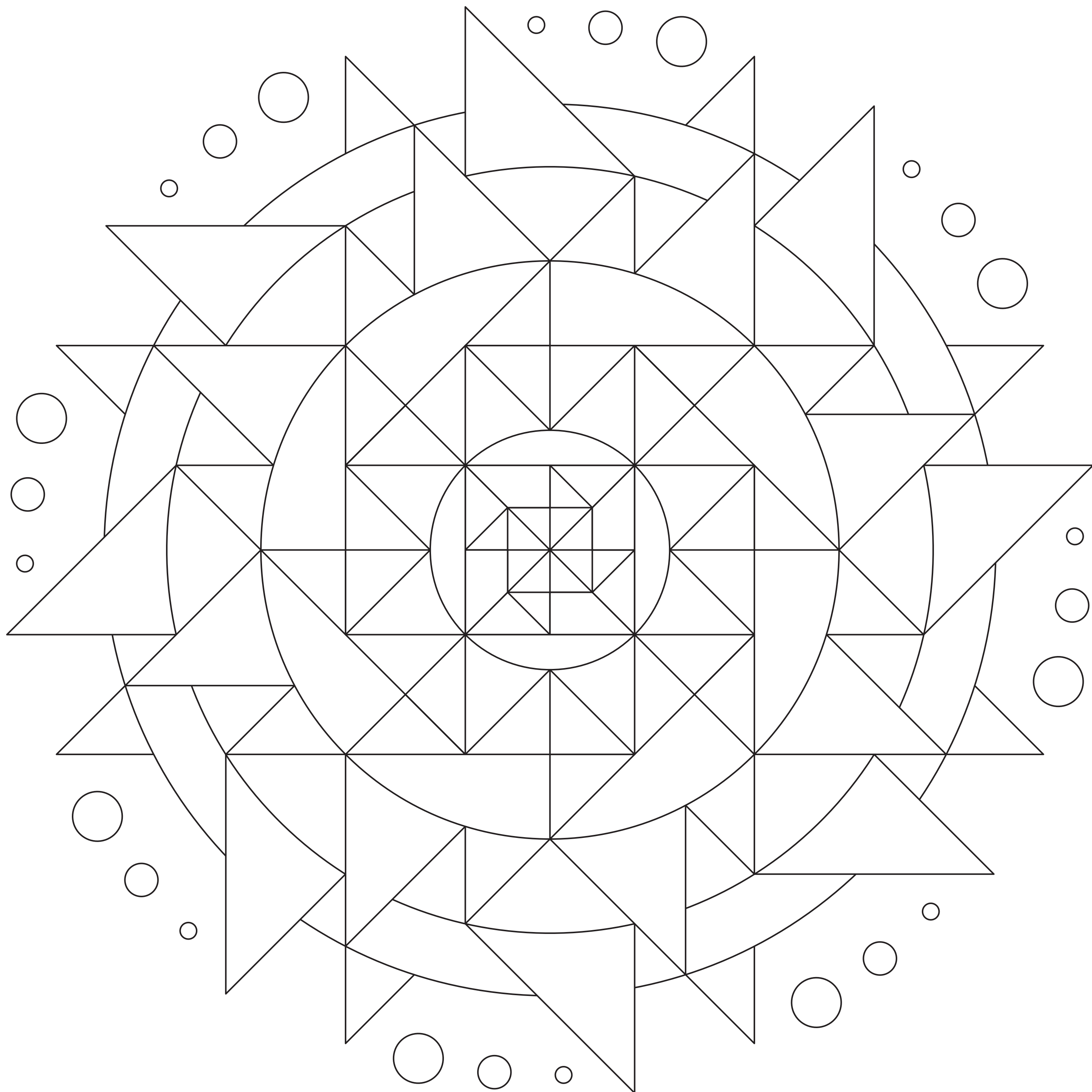


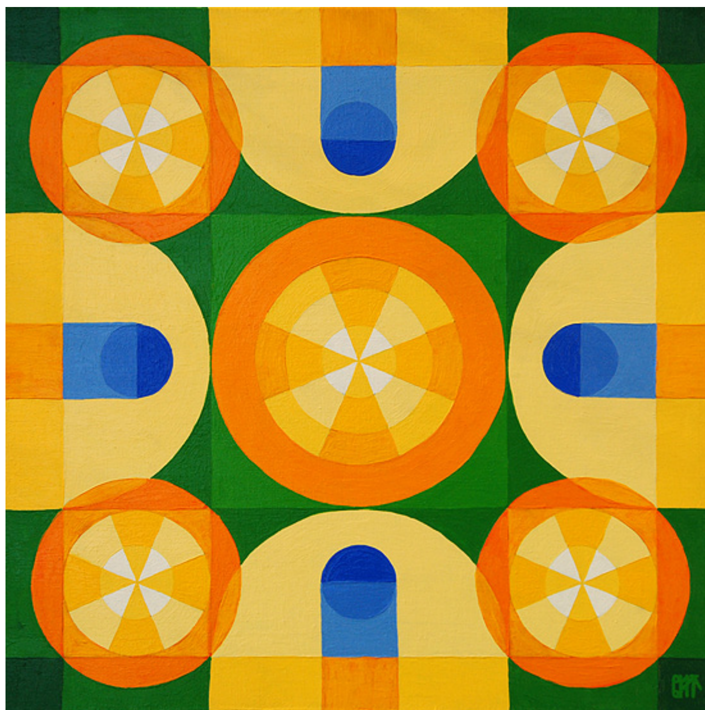


Тернии посвящения

Холст, акрил, 60×60 см, 2012

Каждое новое посвящение на пути подвижника влечет за собой испытания. Чем выше посвящение, тем сложнее испытания. Проходя эти испытания, мы очищаемся, открываясь высшим мирам и приближаясь к Богу.

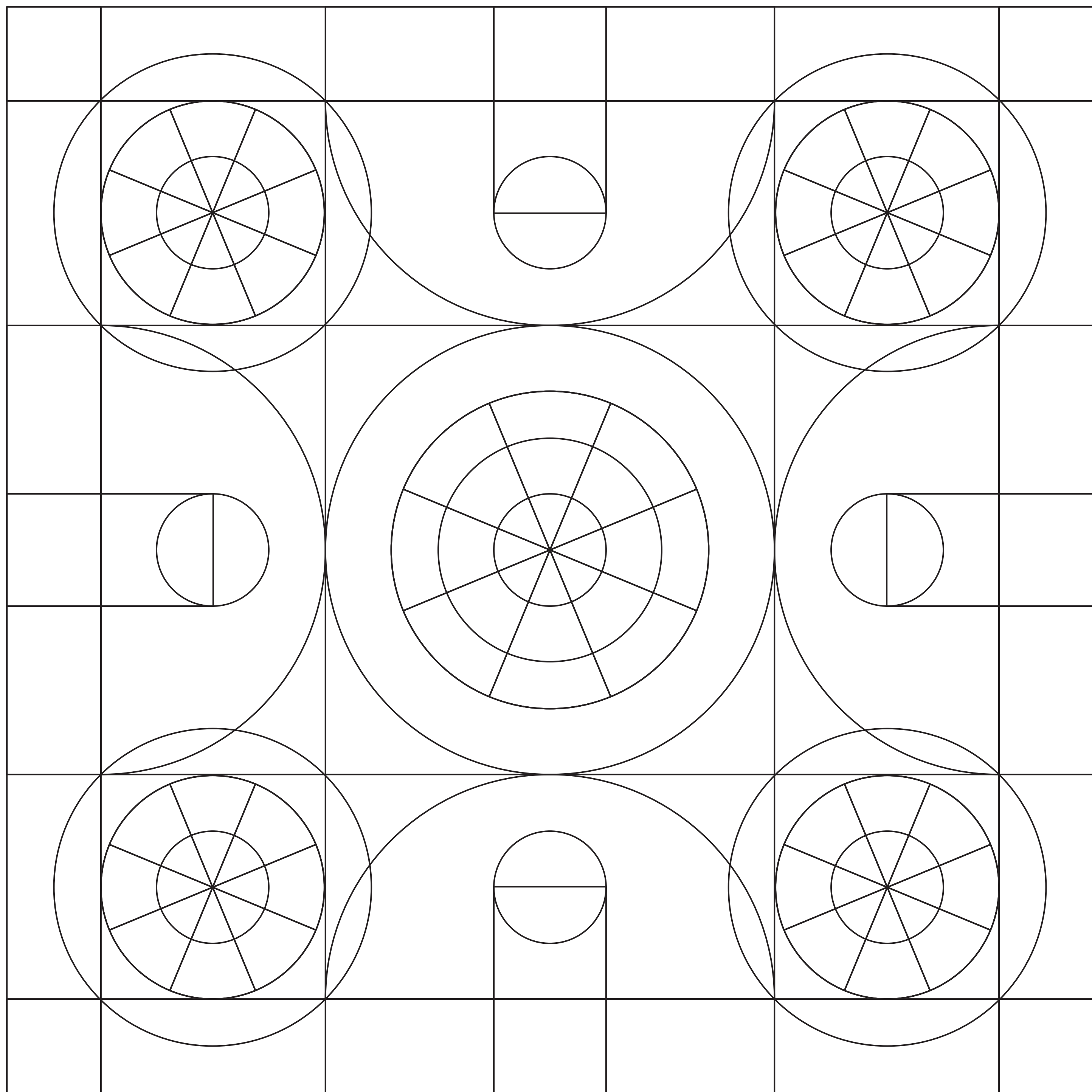




Воскресенская церковь

Холст, акрил, 40×40 см, 2012

Мистический, духовный храм внутри нас является обителью Святого Духа и соединяет человека с Богом. Духовное объединение людей, открывших свой внутренний храм, основанное на любви к ближнему, образует церковь веры — мистическое «тело Христово», которое обретает полноту Святого Духа, и становится возможным воскресение — трансформация человека в высшее духовное существо, свободное от страстей, страданий и смерти.



Об авторе

Бугара Виталий — художник, иллюстратор и дизайнер. Живет и работает в Киеве. Профессионально занимается веб-дизайном, живописью и детской иллюстрацией, экспериментирует в граффити и стрит-арте, с удовольствием практикуется в каллиграфии. Разноплановый творческий опыт помог осознать взаимосвязь развития творческого и духовного. В мандалах нашелся симбиоз этих двух направлений.

Больше об авторе и его творчестве можно узнать на его сайте:
www.bugara.kiev.ua

Мандала — это геометрическая композиция, символизирующая духовный, космический или психический порядок. Она является инструментом медитации, способствует исцелению и восстановлению целостности человека.

Эта книга содержит набор авторских мандал для медитативного творческого исследования своего внутреннего мира, души, способствующего эмоциоанльно-психическому раскрепощению и релаксации.